

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
Бийский филиал им. В.М. Шукшина

Кафедра физической культуры и здоровья

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Т.В. Гаврутенко
«11» марта 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.05.06 ФИЗИОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профили подготовки	Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности
Квалификация выпускника	бакалавр
Форма обучения	заочная

Составитель:

канд. биол. наук, доцент кафедры
физической культуры и здоровья

 О.А. Шубина

РЕКОМЕНДОВАНА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

На заседании кафедры физической культуры и здоровья

Протокол № 6 от «06» марта 2025 г.

Зав. кафедрой физической культуры и здоровья



Н.А. Першина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование систематизированных знаний в области физиологии физического воспитания и спорта.

Задачи дисциплины:

1. Изучение функционального состояния организма и морфо-функциональных изменений, возникающих при занятиях различными видами спорта и повышающих резервные возможности организма.
2. Изучение возрастных закономерностей развития и проявлений физиологических функций органов и систем организма в процессе физического воспитания и спорта.
3. Освоение комплекса теоретических и практических знаний о физической работоспособности организма, физиологических закономерностях его адаптации к физическим нагрузкам различного характера и интенсивности при спортивной деятельности.
4. Овладение методами медико-биологического контроля состояния организма в процессе физкультурно-спортивных занятий.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Физиология физического воспитания и спорта» относится к предметно-методическому модулю Физическая культура.

Для освоения дисциплины «Физиология физического воспитания и спорта» обучающиеся используют знания, умения, навыки, сформированные при изучении дисциплин Биохимия. Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего прохождения дисциплин Спортивная медицина, Лечебная физическая культура и массаж основа для последующего прохождения педагогической практики.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенции:

-Способен осуществлять физкультурно-оздоровительную, физкультурно-спортивную деятельность, деятельность по обеспечению безопасности образовательной среды на основе системы специальных научных знаний и нормативно-правовых документов (ПК-3).

Наименование и код индикаторов достижения компетенций

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

(ПК-3.1)- знание содержания, сущности, закономерностей, принципов и особенностей изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; (3.1).

(ПК-3.2)- знание базовых научно-теоретических подходов к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области; (3.2).

(ПК-3.3)- знание специфики применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; (3.3).

(ПК-3.4)-знание основных нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; (3.4).

Уметь:

(ПК-3.5)-умение формализовать учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин; (У.1).

(ПК-3.6)-умение формулировать закономерности, сопутствующие моделированию явлений и процессов в предметной области; (У.2).

(ПК-3.7)-умение анализировать базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; (У.3).

(ПК-3.8)-умение использовать базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов; (У.4).

(ПК-3.9)-умение применять систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; (У.5).

(ПК-3.10)- умение применять основы законодательства Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды; (У.6).

Владеть:

(ПК-3.11)-владеть навыками анализа явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; (В.1).

(ПК-3.12)-владеть навыками выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области; (В.2).

(ПК-3.13)- владеть навыками использования базовых предметных научно-теоретических подходов к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов для решения профессиональных задач; (В.3).

(ПК-3.14)-владеть основами законодательства в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды; (В.4).

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		4	5
Аудиторные занятия (всего)	12	4	8
В том числе:			
Лекции (Л)	6	2	4
Практические занятия (ПЗ)	6	2	4
Самостоятельная работа (всего)	132	104	28
В том числе:			
Подготовка доклада- презентации	14	14	-
Подготовка к тестированию	38	30	8
Подготовка к практическим занятиям	40	30	10
Подготовка к экзамену	40	30	10
Вид промежуточной аттестации			экзамен
Общая трудоемкость	часы 144 зачетные единицы 4	108 3	36 1

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Содержание разделов (модулей) дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
1	Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.	- Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека. <i>Содержание:</i> Периодизация и гетерохронность развития. Сенситивные периоды. Влияние наследственности и окружающей среды на развитие организма. Акселерация эпохальная и индивидуальная. Биологический и паспортный возраст.
2	Физиология физических качеств	- Физиология мышечного сокращения и расслабления. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков. <i>Содержание:</i> Общая характеристика мышечной ткани. Механизм мышечного сокращения и расслабления. Виды мышечных сокращений. Режимы работы мышц. Энергетика мышечного сокращения. Врожденные и приобретенные двигательные рефлексы. Фазы и механизм образования двигательного навыка. Компоненты двигательного навыка. Физиологические свойства двигательного навыка. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков.

		- Физиология физических качеств. <i>Содержание:</i> Понятие о гибкости механизмы и закономерности ее развития. Понятие о ловкости механизмы и закономерности ее развития. Формы проявления, механизмы и резервы развития быстроты. Формы проявления, механизмы и резервы развития силы. Формы проявления, механизмы и резервы развития выносливости. - Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений. <i>Содержание:</i> Различные критерии классификации спортивных упражнений. Физиологическая характеристика спортивных поз и статических нагрузок. Физиологическая характеристика стандартных циклических и ациклических движений. Физиологическая характеристика нестандартных движений. - Адаптация к физическим нагрузкам и резервные возможности организма. <i>Содержание:</i> Функциональные изменения в организме при физических нагрузках. Динамика функций организма при адаптации и ее стадии. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам. Функциональная система адаптации. Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация. Функциональные изменения в организме при физических нагрузках. Изменения функций различных органов и систем организма при нагрузках постоянной мощности.
3	Физиология спортивной деятельности.	- Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиология спортивной тренировки. <i>Содержание:</i> Роль эмоций при спортивной деятельности. Предстартовые состояния. Регуляция предстартовых состояний. Разминка и вбрасывание. Устойчивое состояние. Мёртвая точка и второе дыхание. Утомление. Преутомление, хроническое утомление и переутомление. Восстановление. Понятие о спортивной тренировке. Физиологические показатели тренированности. Понятие о специфичности состояния тренированности. Характеристика перетренированности и меры её предупреждения. Острое и хроническое физическое перенапряжение.
4	Возрастные особенности физиологической адаптации	- Физиологические особенности адаптации детей дошкольного и младшего среднего и старшего школьного возраста к физическим нагрузкам. <i>Содержание:</i> Возрастные особенности управления движениями. Особенности возрастного развития физических качеств. Реакции вегетативных систем и энергообеспечение при физических нагрузках. Влияние систематических физических нагрузок на развитие функций, здоровья и работоспособности детей. Физиологические особенности урока физической культуры в школе. <i>Содержание:</i> Физиологическое обоснование нормирования физических нагрузок для детей школьного возраста. Изменение функций организма школьников на уроке физической культуры. Влияние занятий физической культурой на физическое, функциональное развитие, работоспособность школьников и состояние их здоровья. Физиолого-педагогический контроль за

		занятиями физической культурой и физиологические критерии восстановления организма школьников.
--	--	--

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	СРС	ИФО в том числе	Всего
1.	Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.	1	1	9	Работам в микро-группах 2 ч. (практ.зан)	11
2.	Физиология физических качеств	1	1	41		43
3.	Физиология спортивной деятельности.	2	2	42		46
4.	Возрастные особенности физиологической адаптации	2	2	40	Работам в микро-группах 2 ч.	44
	Всего:	6	6	132	4	144

6. ЛАБОРАТОРНЫЙ ПРАКТИКУМ

Учебным планом не предусмотрен.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ ПРОЕКТОВ (РАБОТ)

Курсовой проект (работа) учебным планом не предусмотрен.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) основная литература:

1. Корягина Ю.В. Курс лекций по физиологии физкультурно-спортивной деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Корягина Ю.В., Салова Ю.П., Замчий Т.П.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014.— 152 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64976.html>.— ЭБС «IPRbooks»

2. Спортивная физиология : учебное пособие / составители Ю. В. Хайбуллин, И. А. Попова, Л. А. Берестень. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 136 с. — ISBN 978-5-4497-0168-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/85904.html>

3. Чинкин, А. С. Физиология спорта : учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко. — Москва : Издательство «Спорт», 2016. — 120 с. — ISBN 978-5-9907239-2-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/43922.html>

б) дополнительная литература:

1. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» [Текст]: приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации N 544н от 18 октября 2013 г. // Российская газета. – 2013. – 18 декабря.

2. Панов Г.А. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Панов Г.А.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2012.— 192 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11449.html>.— ЭБС «IPRbooks»

3. Спортивная физиология [Электронный ресурс]: учебное пособие/ — Электрон. текстовые данные.— Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019.— 136 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/85904.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4. Физиологические основы физического воспитания и видов спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.Б. Еланцев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Алматы:

Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2011.— 130 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/58494.html>.— ЭБС «IPRbooks».

5. Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте [Электронный ресурс] : (избранные лекции) : учебное пособие / сост. И. Н. Калинина, С. Ю. Калинин ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск : [б. и.], 2014. - 108 с. : ил., табл., схемы - Режим доступа: <https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/4071/read.php>.

6. Солодков А.С. Руководство к практическим занятиям по физиологии человека [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Солодков А.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2011.— 200 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9898.html>.— ЭБС «IPRbooks»

7. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс]: учебник/ Солодков А.С., Сологуб Е.Б.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2012.— 624 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9897.html>.— ЭБС «IPRbooks».

в) программное обеспечение:

1. Компьютер с использованием лицензионных версий операционной системы Microsoft Windows.

2. Для работы в библиотеке используется общевузовское лицензионное программное обеспечение «Ирбис-64», в составе которого входят АРМ «Каталогизатор», АРМ «Читатель», АРМ «Администратор», АРМ «Комплектатор», Web-Ирбис (CZ39.50).

3. Лицензионная программа АУП (Шахты) – комплекс «Электронные ведомости».

г) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

- Российская библиотечная ассоциация

URL: <http://www.rba.ru>

- Межрегиональная ассоциация деловых библиотек

URL: <http://www.library.ru>

- Российская государственная библиотека

URL: <http://www.rsl.ru>

- Библиотека естественных наук РАН

URL: <http://www.benran.ru/>

- Российская национальная библиотека

URL: <http://www.nlr.ru/>

- Алтайская краевая универсальная научная библиотека им. Шишкова

URL: <http://www.akunb.altlib.ru/>

- <http://dic.academic.ru> – Словари и энциклопедии онлайн;

д) Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:

1. Организация самостоятельной работы студентов в учреждении высшего образования [Текст]: методические рекомендации / Сост.Е.Б. Манузина, Е.Э. Норина; Алтайская гос. Академия обр-я им. В.М. Шукшина. – Бийск: ФГБОУ ВПО «АГАО», 2014. – 84 с.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Лекционные занятия:**213** Учебная аудитория,

56 посадочных места; 28 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, интерактивная доска, колонки. Шкаф для учебных пособий – 6, доска меловая – 1, парты – 1, кафедра напольная – 1.

Список ПО:

Microsoft WindowsXP, Microsoft Office 2007 (Microsoft Windows 43837211, Microsoft Office 43837211 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), StarBoard SoftwareRite Pen, Adobe Reader 11, **7-Zip**, Adobe Flash Player, **AIMP3**, The KMPlayer, RealtekAC197 Audio, Forefront TMG Client (StarBoard Software 7.1 Гос.контракт № 153 от 05 ноября 2008г, CDR-05291:1/2 СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome(Лицензия Freeware GPL).

239 Учебная аудитория

34 посадочных мест; 17 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, ТВ-1, колонки, 13 компьютерных столов, парты ученическая – 2, кафедра – 2, шкаф для демонстрационного оборудования, сейф, стул п/м 4, стул ученический 20.

Список ПО:

Microsoft Windows XP, Microsoft Office 2007 (Microsoft Windows 44039700, Microsoft Office 44039700 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)) , Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Google Chrome, **7-Zip**, **AIMP3**, Forefront TMG Client (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам).

240 Учебная аудитория

48 посадочных мест; 24 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, настенный экран, колонки, 1 мобильный ПК. Кафедра напольная, стул ученический 1, стул п/м – 1.

Список ПО:

Microsoft Windows XP, Microsoft Office 2003 (Microsoft Windows 44039700, Microsoft Office 44039700 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, **Foxit Reader**, **7-Zip**, **AIMP3**, **Far Manager**, Forefront TMG Client (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL).

407 Учебная аудитория

92 посадочных места; 46 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, интерактивная доска, колонки, кафедра напольная.

Список ПО:

Microsoft Windows (№ лицензии 4439700 № лицензии 46260298; № лицензии в личном кабинете Microsoft), Microsoft Office (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Антивирус Касперского (гос.контракт № 153 от 05 ноября 2008г CDR -052#####), StarBoard Software (на CD диске), **Adobe Flash Player**, **Adobe Reader**, **AIMP3**, VLC media player, **Open Office 4** (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), **Google Chrome** (Лицензия Freeware GPL).

411 Учебная аудитория

36 посадочных мест, 18 учебных столов, 2 стола преподавателя, меловая доска. Мобильный ПАК (ноутбуки-16), с выходом в интернет. Кафедра – 1, интерактивная доска – 1.

Список ПО:

Microsoft Windows 10 (Контракт № 19/6 – ЭА от 18.11.2019 Код продукта Microsoft Windows 10 Pro (контракт №19/5-ЭА от 18.11.2019): 00330-80000-00000-AA746, 00330-80000-00000-AA800, 00330-80000-00000-AA295, 00330-80000-00000-AA993, 00330-80000-00000-AA310, 00330-80000-00000-AA502, 00330-80000-00000-AA713, 00330-80000-00000-AA443, 00330-80000-00000-AA117, 00330-80000-00000-AA651, 00330-80000-00000-AA643, 00330-80000-00000-AA018, 00330-80000-00000-AA965, 00330-80000-00000-AA412, 00330-80000-00000-AA266, Microsoft Office 2007 (43460121, № 26FE-200221-084534-5-2964) , LibreOffice 6.2.2., Антивирус Kaspersky , Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Forefront TMG Client, NetControl (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL). Живая математика 5.0 (виртуальный конструктор по математике) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998320), Живая физика 4.3 (виртуальный конструктор) Виртуальные лаборатории. (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998318), Электричество и магнетизм. Оптика и волны. Виртуальные лаборатории по физике – ЕНКА (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199837) Учим английские слова (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199836), УМК Русский язык. Освоение клавиатуры (серия Клавиатурное письмо) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199833) Русский язык. Электронный тренажер по орфографии, пунктуации и развитию речи (5-11 классы) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998321).

411 Учебная аудитория

36 посадочных мест, 18 учебных столов, 2 стола преподавателя, меловая доска. Мобильный ПАК (ноутбуки-16), с выходом в интернет. Кафедра – 1, интерактивная доска – 1.

Список ПО:

Microsoft Windows 10 (Контракт № 19/6 – ЭА от 18.11.2019 Код продукта Microsoft Windows 10 Pro (контракт №19/5-ЭА от 18.11.2019): 00330-80000-00000-AA746, 00330-80000-00000-AA800, 00330-80000-00000-AA295, 00330-80000-00000-AA993, 00330-80000-00000-AA310, 00330-80000-00000-AA502, 00330-80000-00000-AA713, 00330-80000-00000-AA443, 00330-80000-00000-AA117, 00330-80000-00000-AA651, 00330-80000-00000-AA643, 00330-80000-00000-AA018, 00330-80000-00000-AA965, 00330-80000-00000-AA412, 00330-80000-00000-AA266, Microsoft Office 2007 (43460121, № 26FE-200221-084534-5-2964) , LibreOffice 6.2.2., Антивирус Kaspersky , Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Forefront TMG Client, NetControl (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL). Живая математика 5.0 (виртуальный конструктор по математике) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998320), Живая физика 4.3 (виртуальный конструктор) Виртуальные лаборатории. (Лицензия на право использования программы для ЭВМ

201998318), Электричество и магнетизм. Оптика и волны. Виртуальные лаборатории по физике – ЕНКА (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199837) Учим английские слова (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199836), УМК Русский язык. Освоение клавиатуры (серия Клавиатурное письмо) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199833) Русский язык. Электронный тренажер по орфографии, пунктуации и развитию речи (5-11 классы) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998321).
Практические занятия (занятия семинарского типа) 213 Учебная аудитория, 56 посадочных места; 28 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, интерактивная доска, колонки. Шкаф для учебных пособий – 6, доска меловая – 1, парты – 1, кафедра напольная – 1. Список ПО: Microsoft WindowsXP, Microsoft Office 2007 (Microsoft Windows 43837211, Microsoft Office 43837211 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), StarBoard SoftwareRite Pen, Adobe Reader 11, 7-Zip, Adobe Flash Player, AIMP3, The KMPlayer, Realtek AC197 Audio, Forefront TMG Client (StarBoard Software 7.1 Гос.контракт № 153 от 05 ноября 2008г, CDR-05291:1/2 СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome(Лицензия Freeware GPL). 239 Учебная аудитория 34 посадочных мест; 17 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, ТВ-1, колонки, 13 компьютерных столов, парты ученическая – 2, кафедра – 2, шкаф для демонстрационного оборудования, сейф, стул п/м 4, стул ученический 20. Список ПО: Microsoft Windows XP, Microsoft Office 2007 (Microsoft Windows 44039700, Microsoft Office 44039700 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)) , Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Google Chrome, 7-Zip, AIMP3, Forefront TMG Client (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам). 240 Учебная аудитория 48 посадочных мест; 24 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, настенный экран, колонки, 1 мобильный ПК. Кафедра напольная, стул ученический 1, стул п/м – 1. Список ПО: Microsoft Windows XP, Microsoft Office 2003 (Microsoft Windows 44039700, Microsoft Office 44039700 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Foxit Reader, 7-Zip, AIMP3, Far Manager, Forefront TMG Client (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL). 407 Учебная аудитория 92 посадочных места; 46 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, интерактивная доска, колонки, кафедра напольная. Список ПО: Microsoft Windows (№ лицензии 4439700 № лицензии 46260298; № лицензии в личном кабинете Microsoft), Microsoft Office (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Антивирус Касперского (гос.контракт № 153 от 05 ноября 2008г CDR -052#####), StarBoard Software (на CD диске), Adobe Flash Player, Adobe Reader, AIMP3, VLC media player, Open Office 4 (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL). 411 Учебная аудитория 36 посадочных мест, 18 учебных столов, 2 стола преподавателя, меловая доска. Мобильный ПАК (ноутбуки-16), с выходом в интернет. Кафедра – 1, интерактивная доска – 1. Список ПО: Microsoft Windows 10 (Контракт № 19/6 – ЭА от 18.11.2019 Код продукта Microsoft Windows 10 Pro (контракт №19/5-ЭА от 18.11.2019): 00330-80000-00000-AA746, 00330-80000-00000-AA800, 00330-80000-00000-AA295, 00330-80000-00000-AA993, 00330-80000-00000-AA310, 00330-80000-00000-AA502, 00330-80000-00000-AA713, 00330-80000-00000-AA443, 00330-80000-00000-AA117, 00330-80000-00000-AA651, 00330-80000-00000-AA643, 00330-80000-00000-AA018, 00330-80000-00000-AA965, 00330-80000-00000-AA412, 00330-80000-00000-AA266, Microsoft Office 2007 (43460121, № 26FE-200221-084534-5-2964) , LibreOffice 6.2.2., Антивирус Kaspersky , Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Forefront TMG Client, NetControl (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL). Живая математика 5.0 (виртуальный конструктор по математике) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998320), Живая физика 4.3 (виртуальный конструктор) Виртуальные лаборатории. (Лицензия на право использования программы для ЭВМ

201998318), Электричество и магнетизм. Оптика и волны. Виртуальные лаборатории по физике – ЕНКА (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199837) Учим английские слова (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199836), УМК Русский язык. Освоение клавиатуры (серия Клавиатурное письмо) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199833) Русский язык. Электронный тренажер по орфографии, пунктуации и развитию речи (5-11 классы) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998321). 413 Учебная аудитория 48 посадочных мест; 24 учебных стола, 1 стол преподавателя, меловая доска, шкафы для хранения учебных наглядных пособий – 4. Стационарный ПК-1, проектор, настенный экран, колонки. Кафедра напольная – 1. Список ПО: Microsoft Windows (№ лицензии 44039700), Microsoft Office (№ лицензии 46260298 в личном кабинете Microsoft), Антивирус Касперского (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Flash Player, Adobe Reader, AIMP3, VLC media player (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по NUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL).
Групповые и индивидуальные консультации: 239 Учебная аудитория 34 посадочных мест; 17 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, ТВ-1, колонки, 13 компьютерных столов, парты ученическая – 2, кафедра – 2, шкаф для демонстрационного оборудования, сейф, стул п/м 4, стул ученический 20. Список ПО: Microsoft Windows XP, Microsoft Office 2007 (Microsoft Windows 44039700, Microsoft Office 44039700 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)) , Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Google Chrome, 7-Zip, AIMP3, Forefront TMG Client (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по NUGeneralPublicLicense и аналогам). 411 Учебная аудитория 36 посадочных мест, 18 учебных столов, 2 стола преподавателя, меловая доска. Мобильный ПАК (ноутбуки-16), с выходом в интернет. Кафедра – 1, интерактивная доска – 1. Список ПО: Microsoft Windows 10 (Контракт № 19/6 – ЭА от 18.11.2019 Код продукта Microsoft Windows 10 Pro (контракт №19/5-ЭА от 18.11.2019): 00330-80000-00000-AA746, 00330-80000-00000-AA800, 00330-80000-00000-AA295, 00330-80000-00000-AA993, 00330-80000-00000-AA310, 00330-80000-00000-AA502, 00330-80000-00000-AA713, 00330-80000-00000-AA443, 00330-80000-00000-AA117, 00330-80000-00000-AA651, 00330-80000-00000-AA643, 00330-80000-00000-AA018, 00330-80000-00000-AA965, 00330-80000-00000-AA412, 00330-80000-00000-AA266, Microsoft Office 2007 (43460121, № 26FE-200221-084534-5-2964) , LibreOffice 6.2.2., Антивирус Kaspersky , Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Forefront TMG Client, NetControl (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по NUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL). Живая математика 5.0 (виртуальный конструктор по математике) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998320), Живая физика 4.3 (виртуальный конструктор) Виртуальные лаборатории. (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998318), Электричество и магнетизм. Оптика и волны. Виртуальные лаборатории по физике – ЕНКА (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199837) Учим английские слова (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199836), УМК Русский язык. Освоение клавиатуры (серия Клавиатурное письмо) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199833) Русский язык. Электронный тренажер по орфографии, пунктуации и развитию речи (5-11 классы) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998321).
Текущий контроль и промежуточная аттестация: 213 Учебная аудитория, 56 посадочных мест; 28 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, интерактивная доска, колонки. Шкаф для учебных пособий – 6, доска меловая – 1, парты – 1, кафедра напольная – 1. Список ПО: Microsoft WindowsXP, Microsoft Office 2007 (Microsoft Windows 43837211, Microsoft Office 43837211 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), StarBoard SoftwareRite Pen, Adobe Reader 11, 7-Zip, Adobe Flash Player, AIMP3, The KMPlayer, RealtextAC197 Audio, Forefront TMG Client (StarBoard Software 7.1 Гос.контракт № 153 от 05 ноября 2008г, CDR-05291:1/2 СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по NUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome(Лицензия Freeware GPL). 239 Учебная аудитория 34 посадочных мест; 17 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, ТВ-1, колонки, 13 компьютерных столов, парты ученическая – 2, кафедра – 2, шкаф для демонстрационного оборудования, сейф, стул п/м 4, стул ученический 20. Список ПО: Microsoft Windows XP, Microsoft Office 2007 (Microsoft Windows 44039700, Microsoft Office 44039700 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)) , Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Google Chrome, 7-Zip, AIMP3, Forefront TMG Client (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по NUGeneralPublicLicense и аналогам). 240 Учебная аудитория 48 посадочных мест; 24 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, настенный экран, колонки, 1 мобильный ПК. Кафедра напольная, стул ученический 1, стул п/м – 1. Список ПО: Microsoft Windows XP, Microsoft Office 2003 (Microsoft Windows 44039700, Microsoft Office 44039700 (№ Лицензии в личном кабинете Microsoft)), Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Foxit Reader, 7-Zip, AIMP3, Far Manager, Forefront TMG Client (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по NUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL).

407 Учебная аудитория

92 посадочных места; 46 учебных столов, 1 стол преподавателя, меловая доска. Стационарный ПК-1, проектор, интерактивная доска, колонки, кафедра напольная.

Список ПО:

Microsoft Windows (№ лицензии 4439700 № лицензии 46260298; № лицензии в личном кабинете Microsoft), Microsoft Office (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Антивирус Касперского (гос.контракт № 153 от 05 ноября 2008г CDR -052#####), StarBoard Software (на CD диске), **Adobe Flash Player, Adobe Reader, AIMP3, VLC media player, Open Office 4** (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), **Google Chrome** (Лицензия Freeware GPL).

411 Учебная аудитория

36 посадочных мест, 18 учебных столов, 2 стола преподавателя, меловая доска. Мобильный ПАК (ноутбуки-16), с выходом в интернет. Кафедра – 1, интерактивная доска – 1.

Список ПО:

Microsoft Windows 10 (Контракт № 19/6 – ЭА от 18.11.2019 Код продукта Microsoft Windows 10 Pro (контракт №19/5-ЭА от 18.11.2019): 00330-80000-00000-AA746, 00330-80000-00000-AA800, 00330-80000-00000-AA295, 00330-80000-00000-AA993, 00330-80000-00000-AA310, 00330-80000-00000-AA502, 00330-80000-00000-AA713, 00330-80000-00000-AA443, 00330-80000-00000-AA117, 00330-80000-00000-AA651, 00330-80000-00000-AA643, 00330-80000-00000-AA018, 00330-80000-00000-AA965, 00330-80000-00000-AA412, 00330-80000-00000-AA266, Microsoft Office 2007 (43460121, № 26FE-200221-084534-5-2964), LibreOffice 6.2.2., Антивирус Kaspersky, Endpoint Security 11 (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Reader 11, Adobe Flash Player, Forefront TMG Client, NetControl (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по GNUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL). Живая математика 5.0 (виртуальный конструктор по математике) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998320), Живая физика 4.3 (виртуальный конструктор) Виртуальные лаборатории. (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998318), Электричество и магнетизм. Оптика и волны. Виртуальные лаборатории по физике – ЕНКА (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199837) Учим английские слова (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199836), УМК Русский язык. Освоение клавиатуры (серия Клавиатурное письмо) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 20199833) Русский язык. Электронный тренажер по орфографии, пунктуации и развитию речи (5-11 классы) (Лицензия на право использования программы для ЭВМ 201998321).

413 Учебная аудитория

48 посадочных мест; 24 учебных стола, 1 стол преподавателя, меловая доска, шкафы для хранения учебных наглядных пособий – 4. Стационарный ПК-1, проектор, настенный экран, колонки. Кафедра напольная – 1.

Список ПО:

Microsoft Windows (№ лицензии 44039700), Microsoft Office (№ лицензии 46260298 в личном кабинете Microsoft), Антивирус Касперского (Сублицензионный договор №СЦ - 875 от 06.02.2020 Лицензия № 26FE-200221-084534-5-2964(370)), Adobe Flash Player, Adobe Reader, AIMP3, VLC media player (СПО по лицензионным соглашениям в свободном распространении, в том числе по NUGeneralPublicLicense и аналогам), Google Chrome (Лицензия Freeware GPL).

Адрес: Российская Федерация, 659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

10.1 Методические рекомендации по организации изучения дисциплины для преподавателей

Дисциплина «Физиология физического воспитания и спорта» имеет важное значение в обеспечении высокого уровня профессиональной готовности выпускников вузов, осуществляющих подготовку специалистов физической культуры и спорта.

На первом занятии по данной учебной дисциплине необходимо ознакомить обучающихся с порядком изучения, раскрыть место и роль дисциплины в системе наук, её практическое значение, довести до обучающихся требования кафедры, ответить на вопросы.

При подготовке к лекционным занятиям необходимо продумать план проведения, содержание вступительной, основной и заключительной части лекции, ознакомиться с новинками учебной и методической литературы, публикациями периодической печати по теме лекционного занятия. Определить средства материально-технического обеспечения лекционного занятия и порядок их использования в ходе чтения лекции.

В ходе лекционного занятия преподаватель должен назвать тему, учебные вопросы, ознакомить обучающихся с перечнем основной и дополнительной литературы по теме занятия. Желательно дать краткую аннотацию основных первоисточников. Во вступительной части лекции обосновать место и роль изучаемой темы в учебной дисциплине, раскрыть её практическое значение. Если читается не первая лекция, то необходимо увязать её тему с предыдущей, не нарушая логики изложения учебного материала. Раскрывая содержание учебных вопросов, акцентировать внимание на основных терминах и понятиях, процессах, особенностях их протекания. Задавать по ходу изложения лекционного материала вопросы

(разной направленности). Это способствует активизации мыслительной деятельности обучающихся, повышению их внимания и интереса к материалу лекции, её содержанию.

Преподаватель должен руководить работой обучающихся по конспектированию лекционного материала, подчёркивать необходимость отражения в конспектах основных положений изучаемой темы, особенно выделяя понятийный аппарат.

В заключительной части лекции необходимо сформулировать общие выводы по теме, раскрывающие содержание всех вопросов, поставленных в лекции. Объявить план очередного практического занятия, дать краткие рекомендации по подготовке к практическому занятию. Возможно проведение тестирования по пройденному модулю или отдельной теме.

При подготовке к практическому занятиям преподавателю необходимо уточнить план его проведения, продумать формулировки и содержание учебных вопросов, выносимых на обсуждение. Ознакомиться с новыми публикациями по теме занятия. Целесообразно в ходе обсуждения учебных вопросов задавать выступающим и аудитории дополнительные и уточняющие вопросы с целью выяснения их позиций по существу обсуждаемых проблем. Поощрять выступления с места в виде кратких дополнений и постановки вопросов выступающим и преподавателю.

Необходимыми структурными элементами практической работы, помимо самостоятельной деятельности обучающихся, являются инструктаж, проводимый преподавателем, а также организация обсуждения итогов работы.

Структура и оформление практических занятий по дисциплине определяется преподавателем. Оценки за выполнение практических занятий могут выставляться по пятибалльной системе и учитываться как показатели текущей успеваемости обучающихся.

В журнале необходимо учитывать посещаемость занятий обучающихся и оценивать их выступления, работу в соответствующих баллах. Оказывать методическую помощь обучающимся в подготовке сообщений и работе с оборудованием, приборами на занятиях. В ходе практических занятий необходимо определить порядок его проведения, время на обсуждение каждого учебного вопроса и вида практической деятельности. В заключительной части практического занятия следует провести тестирование, а также подвести его итоги: дать объективную оценку выступлений и работы каждого обучающегося и учебной группы в целом. Раскрыть положительные стороны и недостатки занятия. Ответить на вопросы, назвать тему очередного занятия.

Преподавателю необходимо проводить групповые и индивидуальные консультации обучающихся в ходе их подготовки к итоговой аттестации по учебной дисциплине.

10.2. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины для обучающихся

Приступая к изучению дисциплины, обучающиеся должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке вуза. Получить рекомендованные учебники и учебно-методические пособия в библиотеке, завести новую тетрадь для конспектирования лекций, выполнения практических работ.

В ходе лекционных занятий ведите конспектирование учебного материала, обращайте внимание на понятия, формулировки, термины, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчёркивающие особую важность тех или иных теоретических процессов. Задавайте преподавателю уточняющие вопросы с целью выяснения теоретических положений, разрешения спорных вопросов и т.п.

В ходе подготовки к практическим занятиям изучите основную литературу, ознакомьтесь с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учитывайте рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Дорабатывайте свой конспект лекции, делая в нём соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовьте тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на занятие. Готовясь к докладу, обращайтесь за методической помощью к преподавателю. Составьте план-конспект своего выступления.

При выборе литературы необходимо отдавать предпочтение более поздним изданиям и той, что относится к основной литературе, однако многие новые учебники сложны для восприятия и перегружены информацией. Дополнительная литература требуется для более глубокого изучения какой-либо проблемы отдельной темы.

В ходе практического занятия внимательно слушайте своих однокурсников. При необходимости задавайте им уточняющие вопросы. Принимайте активное участие в обсуждении учебных вопросов: выступайте с докладами, обзорами научных статей, отдельных публикаций периодической печати, касающихся содержания темы занятия. При выступлении можно использовать технические средства обучения, доску и мел.

Практические занятия могут носить репродуктивный, частично-поисковый и поисковый характер. Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении вы будете пользоваться подробными инструкциями, в которых указаны: цель работы, пояснения (теория, основные характеристики), оборудование, аппаратура, материалы и их характеристики, порядок выполнения работы, таблицы, выводы (без формулировки), контрольные вопросы, учебная и специальная литература. Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении не даются подробные инструкции, не дан порядок выполнения необходимых действий, что требует от вас самостоятельного подбора оборудования, выбора способов выполнения работы в инструктивной и справочной литературе и др. Работы, носящие поисковый характер, характеризуются тем, что обучающийся должен решить новую для него проблему, опираясь на имеющиеся у него теоретические знания.

Для повышения эффективности проведения практических занятий вам рекомендуется пользоваться разработанными преподавателями сборниками задач, заданий и упражнений к данной дисциплине. Необходимо выполнять требования преподавателя по оформлению практических занятий.

С целью более глубокого усвоения изучаемого материала задавайте преподавателю вопросы. После подведения итогов занятия, устраните недостатки, отмеченные преподавателем.

Основная работа обучающихся ОЗО – самостоятельное изучение материала, включающая в себя подготовку к практическим занятиям, выполнение дополнительных учебных заданий, связанных с текущим контролем и промежуточной аттестацией.

При подготовке к зачету повторите пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе. Используйте конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Особое внимание обратите на темы учебных занятий, пропущенных по разным причинам. При необходимости обратитесь за консультацией и методической помощью к преподавателю.

11. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Фонд оценочных средств разработан для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Физиология физического воспитания и спорта» и входит в состав основной образовательной программы 44.03.05 «Педагогическое образование» (профиль «Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности»), (квалификация (степень) «бакалавр»), реализуемой при подготовке обучающихся в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет имени В.М. Шукшина». Фонд оценочных средств предназначен для проверки сформированности компетенций, заявленных в программе дисциплины «Физиология физического воспитания и спорта» в соответствии с учебным планом 44.03.05 «Педагогическое образование» (профиль «Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности»), (квалификация (степень) «бакалавр»).

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Компетенции/этап	Индикаторы	Оценочные средства
	<i>знать:</i>	

ПК-3 II этап	содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; базовые научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области; специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; основные нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности. В рамках данной дисциплины знает: основные функции органов, систем и целостного организма с механизмами их регуляции в покое и при мышечной деятельности разного характера и интенсивности (мощности) у людей разного возраста и пола; физиологические закономерности жизнедеятельности организма человека, особенно в процессе его мышечной деятельности и, в частности, в условиях напряженных спортивных нагрузок; факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по физическому воспитанию; анатомо-физиологические основы физического воспитания и спорта; биологическую природу и целостность организма человека, анатомо-физиологические особенности организма детей, подростков и взрослых. уметь: формализовать учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин; формулировать закономерности, сопутствующие моделированию явлений и процессов в предметной области; анализировать базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; использовать базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов; применять систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; применять основы законодательства Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды. В рамках данной дисциплины умеет: применять физиологические знания для планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, подростками и взрослыми людьми; выполнять основные физиологические методики исследований функций органов и систем человека; интерпретировать результаты измерений для правильного построения процесса физического воспитания; применять физиологические знания, исследовательские умения и практические навыки в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; использовать знания общей и школьной физиологии в процессе проведения научно-исследовательской работы по проблемам физического воспитания и спортивной тренировки; применять физиологические знания при оказании первой помощи при травмах в процессе выполнения физических упражнений. владеть: навыками анализа явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности; навыками выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области; навыками использования базовых предметных научно-теоретических подходов к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов для решения	Тестирование Практико-ориентированные задания Доклад-презентация по проблемному вопросу Собеседование
----------------------------	--	---

	профессиональных задач; основами законодательства в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды. В рамках данной дисциплины владеет: методами адекватного планирования нагрузки в тренировочном процессе; способами планирования и проведения мероприятий по профилактике несчастных случаев на занятиях, на базе знаний в области физиологии физической культуры и спорта; основными методами, приемами, средствами и способами теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности для оценки физиологического состояния спортсменов занимающихся различными видами мышечных нагрузок, определения уровня функциональной подготовленности, оценки состояния кардиореспираторной системы и др.; применять полученные знания в профессиональной деятельности, чтобы уметь оценивать состояние функциональной подготовленности организма спортсмена и укрепления здоровья средствами физической культуры.	
--	---	--

Компетенция ПК-3 с указанием этапа формирования в процессе освоения образовательной программы

Компетенция ПК-3 (способен осуществлять физкультурно-оздоровительную, физкультурно-спортивную деятельность, деятельность по обеспечению безопасности образовательной среды на основе системы специальных научных знаний и нормативно-правовых документов) формируется в рамках дисциплин: Анатомия, Физиология; История физической культуры и спорта; Биомеханика; Социология физического воспитания и спорта; Гигиена физического воспитания и спорта; Основы экономики и менеджмента в сфере физической культуры и спорта; Лечебная физическая культура и массаж; Спортивная медицина; Теория и методика физической культуры и спорта; Правовые вопросы физической культуры и спорта; Спортивная метрология; Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорта; Биохимия; Теоретические основы безопасности жизнедеятельности; Гражданская оборона и защита в условиях чрезвычайных ситуаций; Психология безопасности; Информационная безопасность; Опасности техногенного характера и защита от них; Опасности природного характера и защита от них; Опасности социального характера и защита от них; Пожарная безопасность; Экологическая безопасность; Безопасность образовательного учреждения; Медицина катастроф; Методика обучения и воспитания (по профилю подготовки - Безопасность жизнедеятельности); Физкультурно-спортивные сооружения; Организация спортивных праздников; Стритбол; Основы спортивной тренировки; Гиревой спорт; Общая теория спорта и ее прикладные аспекты; Спортивная морфология; Основы национальной безопасности; Социология безопасности; Основы спасательного дела; Организация спасения в условиях чрезвычайных ситуаций; Санитарно-гигиенические мероприятия в чрезвычайных ситуациях; Система противоэпидемической деятельности; Ознакомительная практика; Производственная практика; Научно-исследовательская работа; Педагогическая практика; Преддипломная практика; Выполнение и защита выпускной квалификационной работы.

Описание показателей и критериев оценивания компетенции ПК-3 шкала оценивания в дисциплине «Физиология физического воспитания и спорта»

Уровни	Показатели
Пороговый 60-74 %	знать: анатомио-физиологические основы физического воспитания и спорта; биологическую природу и целостность организма человека, анатомио-физиологические особенности организма детей, подростков и взрослых; уметь: применять физиологические знания, исследовательские умения и практические навыки в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; применять физиологические знания при оказании первой помощи при травмах в процессе выполнения физических

	упражнений; владеть: основными методами, приемами, средствами и способами теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности для оценки физиологического состояния спортсменов занимающихся различными видами мышечных нагрузок, определения уровня функциональной подготовленности, оценки состояния кардиореспираторной системы и др.;
Базовый 75-86 %	знать: основные функции органов, систем и целостного организма с механизмами их регуляции в покое и при мышечной деятельности разного характера и интенсивности (мощности) у людей разного возраста и пола; физиологические закономерности жизнедеятельности организма человека, особенно в процессе его мышечной деятельности и, в частности, в условиях напряженных спортивных нагрузок; уметь: применять физиологические знания для планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, подростками и взрослыми людьми; применять физиологические знания, исследовательские умения и практические навыки в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; применять физиологические знания при оказании первой помощи при травмах в процессе выполнения физических упражнений; владеть: основными методами, приемами, средствами и способами теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности для оценки физиологического состояния спортсменов занимающихся различными видами мышечных нагрузок, определения уровня функциональной подготовленности, оценки состояния кардиореспираторной системы и др.; применять полученные знания в профессиональной деятельности, чтобы уметь оценивать состояние функциональной подготовленности организма спортсмена и укрепления здоровья средствами физической культуры.
Повышенный более 87 %	знать: основные функции органов, систем и целостного организма с механизмами их регуляции в покое и при мышечной деятельности разного характера и интенсивности (мощности) у людей разного возраста и пола; физиологические закономерности жизнедеятельности организма человека, особенно в процессе его мышечной деятельности и, в частности, в условиях напряженных спортивных нагрузок; факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по физическому воспитанию; анатомо-физиологические основы физического воспитания и спорта; биологическую природу и целостность организма человека, анатомо-физиологические особенности организма детей, подростков и взрослых; уметь: применять физиологические знания для планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, подростками и взрослыми людьми; выполнять основные физиологические методики исследований функций органов и систем человека; интерпретировать результаты измерений для правильного построения процесса физического воспитания; применять физиологические знания, исследовательские умения и практические навыки в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий; использовать знания общей и школьной физиологии в процессе проведения научно-исследовательской работы по проблемам физического воспитания и спортивной тренировки; применять физиологические знания при оказании первой помощи при травмах в процессе выполнения физических упражнений; владеть: методами адекватного планирования нагрузки в тренировочном процессе; способами планирования и проведения мероприятий по профилактике несчастных случаев на занятиях, на базе знаний в области физиологии физической культуры и спорта; основными методами, приемами, средствами и способами теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности для оценки физиологического состояния спортсменов занимающихся различными видами мышечных нагрузок,

	определения уровня функциональной подготовленности, оценки состояния кардиореспираторной системы и др.; применять полученные знания в профессиональной деятельности, чтобы уметь оценивать состояние функциональной подготовленности организма спортсмена и укрепления здоровья средствами физической культуры.
--	---

Показатели сформированности компетенции (дескрипторы):

- *знать*:

Код	Результаты обучения	Показатели оценки результата
3.1	Содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	- Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура. - Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области безопасность жизнедеятельности.
3.2	Базовые научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области	- Транслирует базовые научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области.
3.3	Специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	- Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура. - Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области безопасность жизнедеятельности.
3.4	Основные нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	- Транслирует и характеризует основные нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура. - Транслирует и характеризует основные нормативно-правовые документы в предметной области безопасность жизнедеятельности.

- *уметь*:

Код	Результаты обучения	Показатели оценки результатов
У.1	Формализовать учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин	- Определяет учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин. - Характеризует учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин.
У.2	Формулировать закономерности, сопутствующие моделированию явлений и процессов в предметной области	- Определяет закономерности, соответствующие моделированию явлений и процессов в предметной области. - Применяет закономерности, при моделировании явлений и процессов в предметной области.
У.3	Анализировать базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	- Выбирает необходимые базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности. - Анализирует базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности.
У.4	Использовать базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов	- Полноценно использует базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов.
У.5	Применять систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	- Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании физической культуры. - Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании безопасности жизнедеятельности.
У.6	Применять основы законодательства Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды	- Осуществляет выбор нормативно-правовых и нормативно-методических актов для использования в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды. - Применяет основные законодательные акт Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды.

- владеть навыками:

Код	Результаты обучения	Показатели оценки результатов
В.1	Навыками анализа явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	- Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области физической культуры. - Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области безопасности жизнедеятельности.
В.2	Навыками выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области	- Определяет методы выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области. - Демонстрирует навыки выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области.
В.3	Навыками использования базовых предметных научно-теоретических подходов к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов для решения профессиональных задач	- Определяет базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов для решения профессиональных задач. - Использует базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов для решения профессиональных задач.
В.4	Основами законодательства в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды.	- Демонстрирует приёмы использования законодательства в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды. - Демонстрирует навыки использования законодательства в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности, деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды.

Уровни сформированности компетенции:

Составляющие компетенции (знания, умения, владения (навыки))	Показатели сформированности (дескрипторы)	УРОВНИ СФОРМИРОВАННОСТИ		
		НИЗКИЙ «3» (описание выраженности дескрипторов)	СРЕДНИЙ «4» (описание выраженности дескрипторов)	ВЫСОКИЙ «5» (описание выраженности дескрипторов)
3.1	Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура.	Описывает некоторое содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура с помощью наводящих вопросов.	Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура. (отсутствуют ответы на дополнительные вопросы преподавателя).	Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области физическая культура, используя дополнительные источники из учебно-методической литературы и данные информационно-справочных и поисковых систем.
	Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области безопасность жизнедеятельности.	Описывает некоторое содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области безопасность жизнедеятельности с помощью наводящих вопросов.	Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области безопасность жизнедеятельности (отсутствуют ответы на дополнительные вопросы преподавателя).	Раскрывает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области безопасность жизнедеятельности, используя дополнительные источники из учебно-методической литературы и данные информационно-справочных и поисковых систем.
3.2	Транслирует	Перечисляет базовые	Раскрывает базовые	Самостоятельно базовые

	базовые научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области.	научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области с помощью преподавателя.	научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области с минимальной помощью преподавателя.	научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов в предметной области.
3.3	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура с ошибками и дополнительными вопросами.	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура с незначительными неточностями.	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области физическая культура, используя дополнительные источники из учебно-методической литературы и данные информационно-справочных и поисковых систем.
	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области безопасность жизнедеятельности	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области безопасность жизнедеятельности с ошибками и дополнительными вопросами	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области безопасность жизнедеятельности с незначительными неточностями.	Характеризует специфику применения базовых научно-теоретических подходов в предметной области безопасность жизнедеятельности, используя дополнительные источники из учебно-методической литературы и данные информационно-справочных и поисковых систем.
3.4.	Транслирует и характеризует основные нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура.	Транслирует основные нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура с ошибками и дополнительными вопросами.	Транслирует и характеризует основные нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура с незначительными неточностями.	Транслирует и характеризует с незначительными неточностями основные нормативно-правовые документы в предметной области физическая культура, используя дополнительные источники из учебно-методической литературы и данные информационно-справочных и поисковых систем.
	Транслирует и характеризует основные нормативно-правовые документы в предметной области безопасность жизнедеятельности	Транслирует основные нормативно-правовые документы в предметной области безопасность жизнедеятельности с ошибками и дополнительными вопросами.	Транслирует и характеризует основные нормативно-правовые документы в предметной области безопасность жизнедеятельности с незначительными неточностями.	Транслирует и характеризует с незначительными неточностями основные нормативно-правовые документы в предметной области безопасность жизнедеятельности, используя дополнительные источники из учебно-методической литературы и данные информационно-справочных и поисковых систем.
У.1	Определяет учебную задачу в рамках моделей соответствующих	Определяет учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин при допущении	Определяет учебную задачу в рамках моделей соответствующих	Определяет учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин не допуская

	научных дисциплин.	нескольких ошибок.	научных дисциплин с незначительными неточностями.	ошибки.
	Характеризует учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин.	Характеризует учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин при допущении нескольких ошибок.	Характеризует учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин с незначительными неточностями.	Характеризует учебную задачу в рамках моделей соответствующих научных дисциплин не допуская ошибки.
У.2	Определяет закономерности, соответствующие моделированию явлений и процессов в предметной области.	Определяет закономерности, соответствующие моделированию явлений и процессов в предметной области (допускает более двух ошибок)	Определяет закономерности, соответствующие моделированию явлений и процессов в предметной области (допускает не более двух ошибок).	Определяет закономерности, соответствующие моделированию явлений и процессов в предметной области (без ошибок).
	Применяет закономерности, при моделировании явлений и процессов в предметной области.	Применяет закономерности, при моделировании явлений и процессов в предметной области (допускает более двух ошибок)	Применяет закономерности, при моделировании явлений и процессов в предметной области (допускает не более двух ошибок).	Применяет закономерности, при моделировании явлений и процессов в предметной области (без ошибок).
У.3	Выбирает необходимые базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	Выбирает необходимые базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности при допущении нескольких ошибок.	Выбирает необходимые базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности с незначительными неточностями.	Выбирает необходимые базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности с обозначением причинно-следственных связей.
	Анализирует базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности	Анализирует базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности с незначительными неточностями.	Анализирует базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности, не отвечает на дополнительные вопросы преподавателя.	Анализирует базовые научно-теоретические подходы изучаемых явлений и процессов в предметной области физическая культура и безопасность жизнедеятельности не допуская ошибки, используя интернет ресурсы и учебно-методическую литературу по соответствующей теме.
У.4.	Полноценно использует базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов.	Использует базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов с ошибками.	Использует базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов с незначительными неточностями.	Самостоятельно полноценно использует базовые предметные научно-теоретические подходы к сущности, закономерностям, принципам и особенностям изучаемых явлений и процессов без ошибок.
У.5	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании физической культуры.	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании физической культуры. с ошибками и дополнительными вопросами преподавателя	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании физической культуры с незначительными неточностями.	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании физической культуры без ошибок.

	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании безопасности жизнедеятельности	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании безопасности жизнедеятельности с ошибками и дополнительными вопросами преподавателя.	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании безопасности жизнедеятельности с незначительными неточностями.	Реализует систему базовых научно-теоретических знаний в преподавании безопасности жизнедеятельности без ошибок.
У.6	Осуществляет выбор нормативно-правовых и нормативно-методических актов для использования в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды	Выбирает нормативно-правовые и нормативно-методические акты для использования в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды с ошибками и дополнительными вопросами преподавателя.	Осуществляет выбор нормативно-правовых и нормативно-методических актов для использования в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды с незначительными неточностями.	Осуществляет выбор нормативно-правовых и нормативно-методических актов для использования в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды без ошибок.
	Применяет основные законодательные акт Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды.	Применяет законодательные акт Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды с ошибками и дополнительными вопросами преподавателя	Применяет законодательные акт Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды с незначительными неточностями.	Применяет законодательные акт Российской Федерации в области физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности и деятельности по обеспечению безопасности образовательной среды без ошибок.
В.1	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области физической культуры	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области физической культуры с ошибками	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области физической культуры с незначительными неточностями.	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области физической культуры без ошибок.
	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области безопасности жизнедеятельности.	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области безопасности жизнедеятельности с ошибками	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области безопасности жизнедеятельности с незначительными неточностями.	Демонстрирует навыки анализа явлений и процессов в области безопасности жизнедеятельности без ошибок.
В.2	Определяет методы выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области.	Определяет методы выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области с помощью преподавателя.	Определяет методы выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области с незначительной помощью преподавателя.	Самостоятельно определяет методы выбора адекватных подходов к решению научных задач в предметной области.
	Демонстрирует навыки выбора адекватных подходов к	Демонстрирует навыки выбора адекватных подходов к решению научных задач в	Демонстрирует навыки выбора адекватных подходов к решению научных задач в	Самостоятельно демонстрирует навыки выбора адекватных подходов к решению

[illegible]

**Оценочное средство компетенций ПК-3
в рамках дисциплины физиология физической культуры и спорта**

Тестирование

Уровень сформированности компетенции отражается в тестовом балле испытуемого. Выполнять задания можно в любой последовательности. Тестовые задания оцениваются в баллах. По завершении тестирования баллы суммируются. Тесты могут быть следующего вида: тестовое задание закрытой формы, тестовое задание открытой формы, тестовые задания на установление правильной последовательности, тестовые задания на установление соответствия.

Примерная типология тестовых заданий для оценивания компетенции

Выберите правильные ответы

1. *Онтогенез – это ...:*

- а) индивидуальное развитие организма от момента рождения до смерти;
- б) индивидуальное развитие организма от момента зачатия до смерти;
- в) индивидуальное развитие организма от момента рождения до настоящего времени.

2. *Гетерохронность развития – это ...:*

- а) снижение биологической надежности в критические периоды развития;
- б) разновременное и неравномерное развитие и созревание органов и систем организма;
- в) ускоренное, по сравнению со среднестатистическим, развитие.

3. *Акселерация – это ...:*

- а) патологическое отклонение от нормы;
- б) ускорение физического развития и формирования функциональных систем организма;
- в) разновременное созревание систем организма;
- г) определенный уровень резервных возможностей организма.

4. *Физиология – это наука о:*

- а) функциях и механизмах деятельности клеток, тканей, органов, систем и всего организма в целом;
- б) строении и форме организма и его органов;
- в) сохранении и укреплении здоровья.

5. *Соответствие функциональных возможностей организма требованиям, предъявляемым со стороны окружающей среды на каждом этапе онтогенеза, называют...*

- а) гармоничностью;
- б) гетерохронностью;
- в) надежностью;
- г) системогенезом.

6. *Гомеостаз – это...*

- а) общее снижение жизнеспособности организма;
- б) способность сохранять постоянство химического состава и физико-химических свойств внутренней среды;
- в) процесс разрушения клеток путем их растворения;
- г) процесс окисления органических веществ клетки.

7. *Нервная регуляция осуществляется с помощью...*

- а) механических раздражителей;
- б) метаболитов;
- в) гормонов;
- г) электрических импульсов.

8. *Гуморальная регуляция осуществляется с помощью...*

- а) витаминов;
- б) метаболитов;
- в) гормонов;
- г) электрических импульсов.

9. *При редком раздражении, когда происходит попадание каждого следующего нервного импульса в фазу расслабления отдельных одиночных сокращений, возникает...*

- а) зубчатый тетанус;
- б) гладкий тетанус.

10. *Режим мышечной деятельности, при котором длина мышцы остается постоянной, а напряжение возрастает, называется.....?*

Типовое контрольное задание оценивается по 100-балльной шкале, которая переводится в пяти балльную шкалу в соответствии с действующим на текущий момент Положением о рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов:

- оценка «5» выставляется в случае, если студент выполнил 87–100 % типового задания;
- оценка «4» выставляется в случае, если студент выполнил 75–86% типового задания;
- оценка «3» выставляется в случае, если студент выполнил 60–74 % типового задания;
- оценка «2» выставляется в случае, если студент выполнил менее 60 % типового задания.

Практико-ориентированные задания

Оценочное средство в виде комплексного учета качества решения практико-ориентированных заданий на занятиях осуществляется следующим образом: обучающийся должен показать высокий уровень владения материалом, четко соблюдать последовательность выполнения заданий, демонстрировать способность к доказательности и аргументированности ответов по теме и своей точки зрения, выявлять причинно-следственные связи между объектами и явлениями, формулировать выводы и объяснять результаты работы, привлекая дополнительную информацию, участвовать в дискуссии.

В данном оценочном средстве учитывается вся активная работа обучающихся по выполнению данных заданий на практических занятиях.

Примерная типология тестовых заданий для оценивания компетенции:

1. Десять пар монозиготных близнецов приняли участие в 20-недельной тренировке выносливости. При среднем повышении МПК на 14% индивидуальные, вариации прироста были очень значительны - от 0 до 41%. Однако величина тренировочного эффекта (степень тренируемости) у близнецов каждой пары была весьма сходной.

Задание: Назовите причину выявленного факта. Каково прикладное значение выявлено закономерности.

2. Укажите тактику тренера при возникновении состояния переутомления у спортсмена. Обозначьте разницу в тактике между ациклическим и циклическими видами спорта.

Критерии оценки компетенции в рамках типового контрольного задания:

Критерии	уровень
Умеет интегрировать знания различных тем дисциплины, аргументировать собственную точку зрения, создает интеллектуальным путем новое знание, не данное в готовом виде. Знает теоретический и практический материал дисциплины, правильно оценивает характер предложенной ситуационной задачи, правильно действует в соответствии с алгоритмом и с обоснованием каждого действия.	Повышенный уровень 87-100%
Умеет синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей. Знает теоретический и практический материал дисциплины, правильно оценивает характер предложенной ситуационной задачи, правильно действует в соответствии с алгоритмом, но испытывает затруднения с обоснованием действия.	Базовый уровень 75-86%
Знает фактический материал (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умеет правильно использовать специальные термины и понятия, узнает объекты изучения в рамках определенного дисциплины. Правильно оценивает характер ситуации, но нарушает последовательность действий при реализации ситуации, затрудняется в аргументации	Пороговый уровень 60-74%

Типовое контрольное задание оценивается по 100-балльной шкале, которая переводится в пяти балльную шкалу в соответствии с действующим на текущий момент Положением о рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов:

- оценка «5» выставляется в случае, если студент выполнил 87–100 % типового задания;
- оценка «4» выставляется в случае, если студент выполнил 75–86% типового задания;
- оценка «3» выставляется в случае, если студент выполнил 60–74 % типового задания;
- оценка «2» выставляется в случае, если студент выполнил менее 60 % типового задания.

Доклад-презентация по проблемному вопросу

Оценочное средство в виде подготовки доклада с последующей презентацией используется при проведении практических и лабораторных занятий. Обучающимся предлагается самостоятельно освоить одну из тем, проанализировать проблему, подготовить

доклад, на его основе сделать презентацию доклада в слайдах с помощью программы POWER POINT и выступить перед аудиторией с результатами своей работы. Максимальное количество баллов за доклад-презентацию – 5.

Допускается групповое участие обучающихся в подготовке докладов-презентаций, когда обучающиеся организуются в небольшие группы (по 2-3 человека). На каждый доклад предусмотрено по 5-7 минут.

Темы обучающимися выбираются по желанию из списка, предложенного преподавателем, или формулируются совместно с преподавателем.

Примерная тематика докладов для оценивания компетенции

1. Физиологическая характеристика упражнений максимальной мощности.
2. Определение, виды и формы предстартовых состояний. Методы оптимизации предстартового состояния. Понятие собственно стартового состояния.
3. Функциональные резервы организма. Роль функциональных резервов. Виды функциональных резервов.
4. Биологические ритмы у спортсменов. Десинхроноз.
5. Назовите функциональную (структурную) цену адаптации спортсмена к занятиям тяжелой атлетикой.
6. Понятие выносливости. Основные эффекты тренировки выносливости со стороны сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы и системы крови.
7. Средства и методы восстановления организма в спорте.
8. Физиологическая характеристика упражнений субмаксимальной мощности.
9. Изменения в организме (ЦНС, двигательный аппарат, сердечно-сосудистая система, дыхательная система, эндокринная система), возникающие при недостаточной двигательной активности
10. Спортивная тренировка как управляемый физиологический и педагогический процесс.
11. Физиологические механизмы развития двигательных навыков. Стадии формирования навыка. Устойчивость навыка.
12. Физиологическое обоснование производственной гимнастики. Вводная гимнастика, физкультурная пауза, физкультурная минутка, микропауза активного отдыха
13. Физиологические основы ориентации детей на занятия различными видами спорта.
14. Физиологические основы отбора детей для занятий различными видами спорта. Понятие генетического маркера и нормы реакции функциональных показателей.
15. Физиологическое обоснование возрастных границ для допуска к занятиям различными видами спорта. Критические и сенситивные периоды развития ребенка.
16. Физиологические основы физической тренировки у женщин.
17. Утомление. Субъективные и объективные признаки утомления. Стадии утомления.

Критерии оценки компетенций в рамках типового задания

Показатели	уровень
Проявил оригинальность и креативность при подготовке доклада-презентации. Показал высокий уровень культуры мышления, способность к рефлексии, умозаключениям и логике. Обобщил информацию с помощью схем, таблиц, рисунков, логических блоков. Проанализировал тему с активным использованием междисциплинарных знаний, фактов, теорий. Сформулировал выводы. Предложил и подробно раскрыл меры решения проблемы.	Повышенный уровень 87-100%
Проявил некоторую оригинальность при подготовке доклада-презентации. Проявил отчасти культуру мышления, способность к логическому изложению информации. Обобщил информацию. Проявил способность к анализу темы с использованием междисциплинарных знаний, фактов, теорий. Сформулировал некоторые выводы. Предложил меры и способы решения проблемы.	Базовый уровень 75-86%
Не проявил оригинальности при подготовке доклада-презентации. Отчасти продемонстрировал культуру мышления. Обобщил некоторым образом информацию. Допустил неточности в анализе темы с использованием междисциплинарных знаний, фактов, теорий. Не сформулировал конкретные выводы. Не предложил меры и способы решения проблем.	Пороговый уровень 60-74%

Типовое контрольное задание оценивается по 100-балльной шкале, которая переводится в пяти балльную шкалу в соответствии с действующим на текущий момент Положением о рейтинговой системе текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов:

- оценка «5» выставляется в случае, если студент выполнил 87–100 % типового задания;
- оценка «4» выставляется в случае, если студент выполнил 75–86% типового задания;
- оценка «3» выставляется в случае, если студент выполнил 60–74 % типового задания;
- оценка «2» выставляется в случае, если студент выполнил менее 60 % типового задания.

Собеседование

Вопросы к экзамену

Форма периодической отчетности обучающегося, определяется учебным планом и/или учебным графиком. Экзамен служит формой проверки качества усвоения обучающимися учебного материала практических и лекционных занятий.

1. Определение спортивной физиологии. Основные задачи спортивной физиологии.
2. Исторические сведения о развитии физиологии спорта. Этапы развития.
3. Роль физической культуры и спорта в условиях НТР. Причины неблагоприятных последствий НТР. Определения гипокинезии, акинезии, гиподинамии.
4. Изменения в организме, возникающие при недостаточной двигательной активности.
5. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений по Фарфелю.
6. Физиологическая характеристика работы максимальной мощности.
7. Физиологическая характеристика работы субмаксимальной мощности.
8. Физиологическая характеристика работы большой мощности.
9. Физиологическая характеристика работы умеренной мощности.
10. Физиологическая характеристика стандартных ациклических и нестандартных упражнений.
11. Адаптация к мышечной работе. Стадии адаптации. Функциональная цена адаптации.
12. Срочная и долговременная адаптация. Этапы долговременной адаптации. Функциональная система адаптации.
13. Определение двигательного навыка. Этапы и стадии формирования двигательного навыка.
14. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков.
15. Физиологическая характеристика и методика развития двигательного качества «сила». Сенситивный период его развития.
16. Физиологическая характеристика и методика развития двигательного качества «быстрота». Сенситивный период его развития.
17. Физиологическая характеристика и методика развития двигательного качества «выносливость». Сенситивный период его развития.
18. Физиологическая характеристика и методика развития двигательного качества «ловкость». Сенситивный период его развития.
19. Физиологическая характеристика и методика развития двигательного качества «гибкость». Сенситивный период его развития.
20. Спортивная тренировка как управляемый физиологический и педагогический процесс. Общие и специфические принципы тренировки.
21. Показатели состояния тренированности в покое.
22. Показатели состояния тренированности при стандартных нагрузках.
23. Показатели состояния тренированности при предельных нагрузках.
24. Понятие тренированности, спортивной формы и тренируемости. Варианты тренируемости.
25. Понятие о перетренированности. Стадии перетренированности.
26. Понятие о перенапряжении. Острое и хроническое перенапряжение.
27. Предстартовые состояния и его разновидности. Способы регуляции предстартовых состояний.
28. Физиологическая характеристика разминки. Общая и специальная часть разминки.

29. Физиологическая характеристика вработывания. «Мертвая точка» и «второе дыхание», физиологические механизмы их возникновения и преодоления.

30. Состояние устойчивой работоспособности – истинное и кажущееся, их физиологические механизмы.

31. Определение утомления. Объективные и субъективные признаки утомления.

Стадии развития утомления при физической работе.

32. Предутомление, хроническое утомление и переутомление.

33. Определение восстановления. Периоды восстановления.

34. Физиологические закономерности процессов восстановления.

35. Средства, ускоряющие процессы восстановления. Физиологическое обоснование активного отдыха.

36. Оптимальные двигательные режимы для различных возрастных групп. Недельный объем двигательной активности, длительность занятий, промежуток между занятиями, тренировочный и пиковый пульс.

Критерии оценки ответов на экзамене

Итоговой формой контроля по дисциплине является экзамен. Вопросы предполагают контроль общих методических знаний и умений, способность обучающихся проиллюстрировать знания примерами, индивидуальными материалами. При подготовке к зачету обучающийся имеет право воспользоваться лекционными материалами, методическими разработками, основной и дополнительной литературой. Зачет предполагает переосмысление изученного материала, методическую рефлексию. Оценивается ответ по следующим параметрам:

1. Уровень сформированности компетенций.

2. Уровень усвоения теоретических положений дисциплины, правильность формулировки основных понятий и закономерностей.

3. Уровень знания фактического материала в объеме программы.

4. Логика, структура и грамотность изложения вопроса.

5. Умение связать теорию с практикой.

6. Умение делать обобщения, выводы.

Критерии оценки компетенций в рамках типового контрольного задания:

Критерии	Уровень
Обучающийся продемонстрировал глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложил теоретический материал; правильно сформулировал определения; продемонстрировал умения самостоятельной работы с дополнительной литературой; сделал выводы по излагаемому материалу.	Повышенный уровень 87-100%
Обучающийся продемонстрировал достаточно полное знание программного материала; продемонстрировал знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно изложил теоретический материал; правильно сформулировал определения; продемонстрировал умения самостоятельной работы с дополнительной литературой; сделал выводы по излагаемому материалу.	Базовый уровень 75-86%
Обучающийся продемонстрировал общее знание изучаемого материала; показал общее владение понятийным аппаратом дисциплины; смог построить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; знает основную рекомендуемую программой учебную литературу.	Пороговый уровень 60-74%

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания

Целью промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Физиология физического воспитания и спорта» является оценка уровня усвоения обучающимися знаний, приобретения умений, навыков и сформированности компетенций в результате изучения учебной дисциплины. Процедура оценивания должна охватывать всех без исключения обучающихся, осваивающих дисциплину (модуль) «Физиология физического воспитания и спорта».

Оценка уровня сформированности компетенций на этапах формирования определяется на основании тестирования, доклада-презентации, выполнении практико-ориентированных заданий,

включающих в себя теоретические вопросы или задания, в которых обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения проблемы и пр. Оценивание ответов обучающихся проводится в соответствии с приведенными критериями. На основании представленных в ФОС заданий, оценивается уровень сформированности компетенций на этапах их формирования в рамках дисциплины, а также уровень знаний, умений, навыков и опыта деятельности

Процедура оценивания вопросы к экзамену проводится по окончании изучения дисциплины (модуля) «Физиология физического воспитания и спорта». До начала проведения процедуры преподавателем подготавливается необходимый банк оценочных материалов для оценки знаний, умений, навыков. Банк оценочных материалов может включать вопросы открытого и закрытого типа, перечень тем, выносимых на опрос, типовые задания. Из банка оценочных материалов формируются печатные бланки индивидуальных заданий. Количество вопросов, их вид (открытые или закрытые) в бланке индивидуального задания определяется преподавателем самостоятельно.

Каждому обучающемуся, принимающему участие в процедуре преподавателем выдается вопрос. После получения вопроса и подготовки ответов обучающийся должен в меру имеющихся знаний, умений, навыков, сформированности компетенции дать развернутые ответы на поставленные в задании открытые вопросы и ответить на вопросы закрытого типа в установленное преподавателем время. Продолжительность проведения процедуры определяется преподавателем самостоятельно, исходя из сложности индивидуальных заданий, количества вопросов, объема оцениваемого учебного материала, общей трудоемкости изучаемой дисциплины (модуля) «Физиология физического воспитания и спорта» и других факторов.

На основании представленных в ФОС заданий, оценивается уровень сформированности компетенций на этапах их формирования в рамках дисциплины (модуля) «Физиология физического воспитания и спорта», а также уровень знаний, умений, навыков и опыта деятельности. Результаты проведения процедуры в установленном порядке проставляются преподавателем в зачетные книжки обучающихся и электронные ведомости.